

อนุสรณ์

ในงานฌาปนกิจศพ

คุณประจวบ โศภารักษ์

294.3122
พ322บป

...องลม (นาเกลือ) อำเภอบางละมุง

๗ มีนาคม ๒๕๑๙





คุณประจวบ โศภารักษ์

ชาตะ ๑๐ มีนาคม ๒๔๖๔

มรณะ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๑๘

เลขหมู่ 294.3122
ผู้ พ 322 พฟ
เลขทะเบียน 024476

ประวัติสังเขป

ชาติภูมิ

คุณประจวบ โศภารักษ์ เป็นบุตร นายแทน กับ นางทองอยู่ โศภารักษ์ เกิดเมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2464 ตรงกับวันศุกร์ ขึ้น 13 ค่ำ เดือน 4 ปีระกา ณ ตำบลพยอม อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีน้องร่วมมารดาเพียงผู้เดียว คือ นางกระจ่าง ศิริ (สมรสกับ จสอ. แผ้ว ศิริ)

การศึกษา

เมื่อเยาว์วัยได้รับการศึกษาจากหลายโรงเรียน ด้วยบิดารับราชการเป็นนายประตูน้ำ จึงย้ายติดตามไปในที่ต่าง ๆ คือ

1. เรียนชั้นประถมที่ 1–5 ที่ ร.ร. วัดคลอง 13 (ประตูน้ำพระธรรมราชา)
2. เรียนชั้นมัธยมปีที่ 1–2 ที่ ร.ร. วัดทรงธรรม (พระประแดง)
3. เรียนชั้นมัธยมปีที่ 3–6 ที่ ร.ร. สีตบุตรบำรุง (กรุงเทพ ฯ)
4. เรียนต่อวิชาชีพที่ ร.ร. วิศวกรรมรถไฟ ในวิชาช่างโยธาจนจบหลักสูตรเป็นรุ่นแรก

ครอบครัว

ได้ทำการสมรสกับ นางเปรมศรี โศภารักษ์ (จิตระยนต์) และมีบุตรชายเพียงคนเดียว คือ พระประเสริฐ โศภารักษ์

การศาสนา

ได้อุปสมบท ณ วัดพยอม ตำบลพยอม อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2437 โดยมี พระครูบวรธรรมกิจ (หลวงปู่เทียน วัดโบสถ์ ปทุมธานี) เป็นพระอุปัชฌาย์ พระอธิการ จารัส (พระครูนิเทศ ธรรมโกศล) เจ้าอาวาสวัดพยอม ขณะนั้นเป็นพระกรรมวาจา พระบุญเกิด อาวิวฒโน อนุสาวนาจารย์ (พระสมุห์ บุญเกิด เจ้าอาวาสวัดพยอมปัจจุบัน) โดยได้ฉายาว่า "โสภโณ ภิกขุ" เมื่อครบพรรษาแล้วลาสิกขามาประกอบอาชีพ

การประกอบอาชีพ

เมื่อจบการศึกษาแล้วได้ออกทำงานตามที่ต่าง ๆ หลายแห่งหลายที่ โดยมากเป็นงานทางด้านก่อสร้างและติดตั้งเครื่องจักร และผ่าพื้นงานมาทุกด้าน จนต่อมาได้ชื่อว่าเป็นผู้ชำนาญงานด้านเครื่องยนต์และไฟฟ้า ได้ย้ายมาประกอบอาชีพในเขตจังหวัดชลบุรีตั้งแต่ปี พ.ศ. 2487 เป็นต้นมาจนถึงแก่กรรม

การเจ็บป่วย

โดยปกติเป็นคนแข็งแรง แต่ก็มีโรคประจำตัวคือ โรคหืด และมาระยะหลังก็หายไปแล้วกลับมาเป็นโรคความดันโลหิตสูง

ต่อมาเมื่อวันที่ 25 พฤศจิกายน 2518 ในขณะที่ทำงานอยู่อาการของโรคความดันโลหิตสูง ได้มากขึ้นและได้เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลชลบุรี ในตอนเย็นของวันที่ 25 พฤศจิกายน 2518 ต่อมาในวันที่ 27 พฤศจิกายน 2518 นายแพทย์ที่ทำการรักษาลงความเห็นว่าเส้นโลหิตใน

สมองด้านซ้ายแตกและได้ถึงแก่กรรมด้วยอาการอันสงบ เมื่อเวลา 15.30 น. ของวันที่ 27 พฤศจิกายน 2518 นั้นเอง รวมศิริอายุได้ 54 ปี 9 เดือน 17 วัน

วัวควายวายชีพได้ เขาหนัง
เป็นสิ่งเป็นอันยัง อยู่ไซร้
คนเด็ดดับสูญสัง ขารร่าง
เป็นชื่อเป็นเสียงได้ แต่ร้ายกับดี.

(โคลงโลกนิติ)

คำกลอนไว้อาลัย เพื่อเป็นมรณานุสรณ์

แด่ นายประจวบ โศภารักษ์

อนุสรณ์ สารนี้ เพื่อศรีศักดิ์
"ประจวบ โศภารักษ์" นักต่อสู้
เป็นตัวอย่าง ทางอุดม ควรชมชู
บุตร "ทองอยู่ และ คุณแทน" แม่นบิดร
มีน้องสาว คือนาง "กระจ่าง ศิริ"
ได้เริ่มริ เรียนรู้ ครูสั่งสอน
จบ ม. หก ยกอย่าง ทางสุนทร
นามกร "โรงเรียน สีตบุตรบำรุง"
แล้วเรียน ช่างโยธา ก้าวหน้าได้
วิศวกรรม รถไฟ สมหมายมุ่ง
เป็นรุ่นแรก แยกย้าย นอกในกรุง
"ประจวบ" ไม่ยุ่ง ทำงาน การรถไฟ
"ประจวบ" ถือกำเนิด เกิดปฐม
วันที่สิบ มีนาคม พ.ศ. ไข
คือสองสี่ หกสี่ มีโชคชัย
บิดาใช้ ตำแหน่งรับ ราชการ

เป็นนาย ประตูน้ำ ทำหน้าที่
กอร์ปกรรมดี สมศักดิ์ เป็นหลักฐาน
“ประจวบ”หนัก รักทาง ช่างกลการ
ได้แต่งงาน กับ“เปรมศรี จิตระยนต์”

มีบุตรชาย นายหนึ่ง ซึ่งรักเลิศ
ชื่อ“ประเสริฐ” สมนาม ตามปฏิสนธิ์
ล่วงลุกาล นานมา พาชีพชนม์
หาเลี้ยงตน “บางละมุง ชลบุรี”

แต่ พ.ศ. สองสี่ เศษแปดเจ็ด
ผลสำเร็จ พูนเพิ่ม เติมเต็มที่
มุ่งการบุญ หนุนนำ สร้างกรรมดี
ได้บวชที่ “วัดพยอม” แหล่งหอมนาน

ณ อำเภอ “วังน้อย” ชื่อลอยรุ่ง
เขตแดนกรุง “อยุธยา” มหาสถาน
แล้วเสริมสร้าง ทางกุศล ดลบันดาล
เทศกาล เข้าพรรษา มาหล่อเทียน

ถวายวัด สว่างฟ้า พาสว่าง
ถือเป็นอย่าง หน้าที่ มิพาเหียร
เป็นประจำ ฉนำนาน กาลจำเนียร
จึงเพิ่มเทียน ถวาย “วัดช่องลม” เติม

โดยรูปลักษณ์ "ประจวบ" ร่างอวบใหญ่
ทั้งกายใจ เข้มแข็ง แรงส่งเสริม
อัธยาศัยดี มีแต่เดิม
ยิ่งพูนเพิ่ม คุณธรรม ประจำตน
เมื่อบุตรชาย ถวายชีวิต อุทิศบวช
เพื่อตรึกตรวจ ธรรมเกษม ให้เข้มข้น
ได้พูนเพิ่ม เสริมส่ง เป็นมงคล
อุทิศตน อุปัฏฐาก มากคุณา
ทั้งพ่อลูก ผูกพัน กันแนบแน่น
ไม่คลายแคลน แสนรัก กันหนักหนา
แต่ชีวิต อนิจจัง สังขารา
ธรรมดา เกิดดับ กลับผันแปร
โรคความดัน โลหิต ผิดระบบ
สุดจักหลบ หลีกห่าง สิ้นทางแก้
ยี่สิบเจ็ด พฤศจิกา อาดูรแด
พ.ศ.แน่ สองห้า หนึ่งแปดปลง
"ประจวบ" ดับ ลับร่าง ว่างชื่อขอ[illegible]
ด้วยประกอบ กรรมดี ไม่มีหลง
นาม "ประจวบ โศภารักษ์" จักยังคง
อยู่ยืนยง เป็นอย่าง คนสร้างคุณ

ขอกุศล ผลกรรม นำสู่ภพ
สุขสงบ ตามทาง ที่สร้างหนุน
"พระประเสริฐ โศภารักษ์" จักแผ่บุญ
สืบสกุล "พ่อประจวบ" จวบชีพมรณ์

เฉลิม เจริญสุข
โรงเรียนเทิง
อ. เทิง จ. เชียงราย

แด่คุณพ่อ.............

เมื่อวันที่ ๑๐ ก.พ. ๑๙ น.ท. สันต์ สุกศรี เพื่อนสนิทของโยม พ่อมาทำบุญที่วัด ได้พบกลอนกระทู้ที่ติดอยู่ข้างฝากุฏิของอาตมาซึ่งโยม พ่อปลูกให้อาตมาอยู่ตั้งแต่บวชใหม่ๆ ซึ่งเพื่อนๆ ภิกษุร่วมกันแต่งไว้เป็น อนุสรณ์แด่โยมพ่อนั้น มีค่าควรลงในหนังสือเล่มนี้ด้วย จึงได้ขอร้องให้อาตมา นำลงให้ได้ ซึ่ง อาตมาก็เห็นด้วยในความคิดอันนี้จึงนำลงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

อาวร พ่อประจวบ โศภารักษ์

อา - รมณ์อ่อน ย้อนยอก บอกไม่ถูก
วร - ลูกหวล คำนึง ถึงสมัย
พ่อ - ยังอยู่ ชูช่วย ด้วยน้ำใจ
ประ - คองไว้ ในอ้อมอก ยกเชิดชู
จวบ - กระทั่ง ครั้งนี้ มิเพียงแม่
โศ - กาแท้ พ่อสูญ ให้อดสู
ภา - ระลูก เหลือแต่แม่ แลเลี้ยงดู
รักษ์ - กอบกู้ เกิดก่อ ต่อตระกูล

พระประเสริฐ โศภารักษ์

คำไว้อาลัย

คุณประจวบ โศภารักษ์ เป็นนักเรียนวิศวกรรมรถไฟรุ่นเดียวกับข้าพเจ้า ประจวบเรียนช่างโยธาส่วนข้าพเจ้าเรียนช่างกล เราเป็นนักเรียนรุ่นแรกในสมัยเริ่มก่อตั้งสถาบันการศึกษาแห่งนี้ขึ้น เป็นส่วนราชการในกรมรถไฟ ซึ่งบัจจุบันเรียกว่าการรถไฟแห่งประเทศไทย ส่วนมากของนักเรียนรุ่นนี้เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วแทนที่จะทำงานรถไฟตามถนัดในสาขาวิชาที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา การณ์กลับปรากฏว่าพวกนักเรียนรุ่นนี้พากันไปประกอบอาชีพอื่น เช่น บางคนไปเป็นนักแสดง นักสร้างภาพยนตร์ พ่อค้า ผู้จัดการบริษัท ทนายความ ครู ตำรวจ ผู้พิพากษา เป็นทหารบกทหารเรือ ฯลฯ รวมความว่าพวกเรารุ่นนี้ออกมาแย่งอาชีพเขาเกือบทุกชนิดที่มีอยู่ในเมืองไทย ส่วนประจวบเราไม่ค่อยชอบง้อมนุษย์ทำงานประจบสอพลอนายไม่เป็น ทำให้เขารีบผละหนีงานรถไฟไปตั้งแต่เริ่มเข้ารับราชการได้ไม่นาน

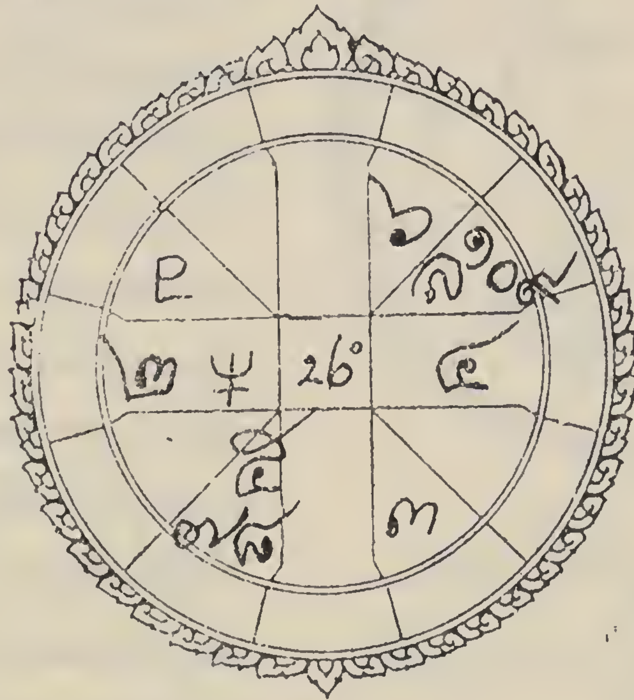
ข้าพเจ้าเคยอยู่ร่วมกับประจวบตั้งแต่สมัยเป็นนักเรียน เคยกินด้วยกันนอนด้วยกัน เราเห็นใจกันมาก เมื่อเรียนจบก็ต่างคนต่างไปเราจากกันหลายปีเมื่อสมัยญี่ปุ่นบุกเอเซีย ที่เรียกว่ามหาสงครามเอเซียบูรพา ต่อมาได้พบว่าประจวบโผล่มาบักหลักอยู่แถวบางละมุงนี่เอง ทำอาชีพหลายอย่าง เปลี่ยนที่ทำงานบ่อยตามนิสัยชอบอิสสระเสรี เป็นผู้มีความคิดริเริ่มดี เป็นนักบุกเบิก ชอบงานก่อสร้าง งานช่างกล ชำนาญงานช่างสารพัดทำให้เกิดผลงานขึ้นหลายอย่าง ชาวบางละมุงรู้จักเขาดี ความจริงเขา

เรียนมาเพื่อจะเป็นนายช่างโยธา มีหน้าที่รับผิดชอบในการสร้างทำซ่อมบำรุงทางรถไฟแต่เขาได้กลายเป็นสารพัดช่างผู้ชำนาญไปเสียทุกอย่าง

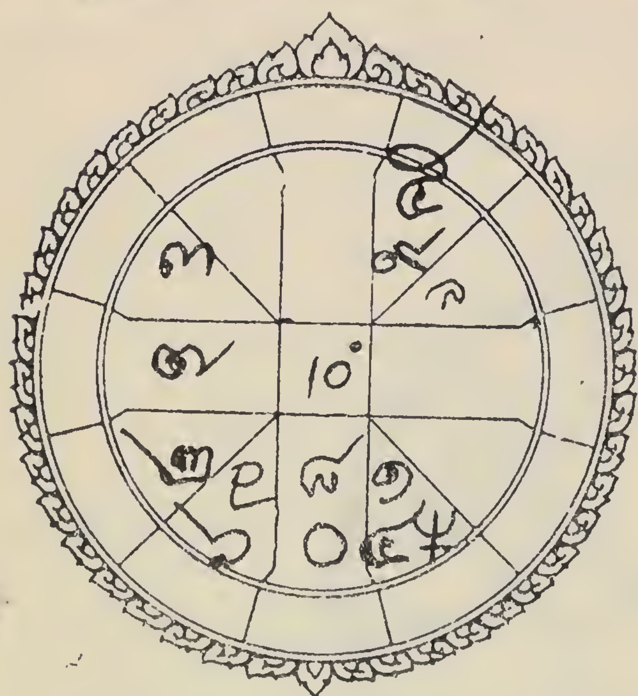
เขามีลูกชายอยู่คนหนึ่งก็ประเสริฐสมชื่อประเสริฐ เกิดบวชไม่ยอมสึกครั้งแรกข้าพเจ้าก็พลอยกลุ้มใจไปด้วย แต่ได้ทราบว่าท่านบวชอย่างนักปฏิบัติจนได้พบแสงสว่างที่แท้จริง อันอาจจะก้าวไปสู่สภาพความเป็น "อริยะบุคคล" ได้ ก็รู้สึกโมทะนาสาธุด้วย ประจวบเองก็สะบายใจหมดห่วง ท่านจะสำเร็จมรรคผลอย่างใดสึกเมื่อใดก็เป็นเรื่องบุญกุศล เป็นไปตามกฎแห่งกรรม บุคคลิกส่วนตัวของประจวบเป็นคนซื่อสัตย์บริสุทธิ์ไม่คดโกงเอารัดเอาเปรียบผู้ใด ชอบช่วยเหลือเอื้อเฟื้อผู้อื่นอยู่เสมอ รักเพื่อนฝูงมาก แม้จะปลีกตัวมาอยู่ห่างไกลเมืองหลวงแต่ก็สนใจความเป็นไปของเพื่อนฝูง คอยติดตามถามไถ่สารทุกข์สุกดิบ มีทำเนียบรายชื่อเพื่อน ใครเป็นอะไรอยู่ที่ไหน ตายไปแล้วกี่คน ๆ ข้าพเจ้าก็มาได้ทราบรายละเอียดเพื่อนฝูงจากแหล่งข่าวของประจวบนี่เอง

มาพูดกันเรื่องโชคชะตาราศีกันสักเล็กน้อย เพราะดวงของประจวบมีอะไรๆ ที่น่าสนใจมาก และเหตุใดเขาจึงเป็นคนที่อาภัพเรื่องการงานนัก วุ่นวายยุ่งยาก เปลี่ยนงานบ่อย มีผลงานเกิดขึ้นแก่สังคมส่วนร่วม ผู้อื่นได้รับประโยชน์ไป แต่ปล่อยให้ประจวบเดินเตะฝุ่นอยู่ตามลำพังบ่อยๆ พอได้งานดีเป็นหลังฐานในบริษัทน้ำตาลตะวันออกในเขตจังหวัดระยอง สุขภาพของเขาแย่อยู่แล้ว ความดันโลหิตก็สูงมาก แต่พี่แกก็ทำงานหักโหมเกินไปจนเส้นโลหิตในสมองแตก ในที่สุดเขาก็ต้องตายเพราะงาน ซึ่งเริ่มมาด้วยความวุ่นวายยุ่งยาก จบลงด้วยความตาย เป็นผลมาจากการงานของเขาทั้งนั้น มาดูกันว่าดวงเขาเป็นอย่างไร

ประจวบเกิดวันศุกร์ ขึ้น ๑๓ ค่ำ เดือนสี่ ปีระกา จ.ศ.๑๒๘๓ ตรงกับวันที่ ๑๐ มี.ค. ๖๔ เวลาประมาณ ๐๖.๐๐ น. วางลัคนาไว้ที่ราศีกุมภ์ มีอาทิตย์มฤตยู เกตุ กุมลัคนา ศุกร์ดาวบริวารวันเกิดเป็นมหาอุจนำหน้าเป็นกดุมภะ พลูโตอยู่ในเรือนปุตตะ จันทร์เดชได้เกษตรอยู่ในเรือนอริร่วมกับเน็ปจูน ในภพมรณะมีดาวใหญ่ ๓ ดวง คือ พฤหัสบดี เสาร์ ราหู ดาวพวกนี้กำลังถอยองศา(พักร์) ความยุ่งยากอาภัพของเขาอยู่ที่จุดนี้เอง นักดูดวงเห็นจุดนี้เพียงแห่งเดียวก็น่าจะอ่านความเป็นไปของเขาได้ตลอด เพราะมีดาวศุกร์มหาอุจเป็นกดุมภะ ตรีโกณด้วยจันทร์อังคารซึ่งได้เกษตรสวยมาก เขาน่าจะได้เป็นมหาเศรษฐีไปแล้ว แต่ทำไมอายุสั้นนัก



ตรวจดูดวงจรก่อนที่เขาจะถึงแก่ความตายดาวใหญ่ ๆ เช่นพฤหัส เสาร์ รวมทั้งดาวสำคัญคืออังคารเดินถอยองศา(พักร์)หมด ในช่วงที่เสาร์ทับจันทร์ก็แย่อยู่แล้ว อังคารดาวการงานเดินถอยก็แปลว่างานหนักผิดปรกติ จะต้องเกิดเหตุวิบัติเพราะการงาน พออาทิตย์กระทบอังคารมีดาวพุธ ตัวมรณะร่วมอยู่ในเรือนที่ ๑๐ มีอิทธิพลมาก เพราะเป็นดาวตั้งฉากอยู่กลางฟ้าของดวงกำเนิด องศาราหูในวันถึงแก่กรรมเมื่อ ๒๗ พ.ย. ๑๘ อ่านได้ ๒๖ องศา ตรงกับองศาดวงอาทิตย์ในดวงเกิด ทั้งราหูและมฤตยูแสดงกำลังอยู่ในเรือนที่ ๔ ศุภะ ดึงดูดอย่างแรงให้จำต้องจากกันไปไกล จากการพิจารณา



จุดกระทบแรง ๆ หลายจุดเช่นนี้ ประจวบเราก็ หลุดพ้นเวรกรรมไปจากโลกมนุษย์ไปสู่โลกทิพย์ ในสภาพของโอปปาติกะในภูมิชั้นสูง ห่างพ้นจากอบายภูมิ เพราะประจวบไม่ได้ก่อกรรมทำบาป อย่างใดไว้ ตลอดมาประจวบทำแต่กุศลกรรม สั่งสมแต่กุศลบารมีไว้มากก่อนจากไป ผลแห่งกุศลที่ได้ทำบุญไว้จะเป็นหนุนอันมหาศาลในสัมปรายภพ วิญญาณของประจวบคงจะมีความสุขมากเมื่อได้เห็นญาติพี่น้องและผู้ที่เคารพนับถือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพวกเพื่อนนักเรียนร่วมรุ่น มาชุมนุมกันเป็นครั้งสุดท้ายอย่างพร้อมพร้อมในวันนี้ที่เราจะทำพิธีเผาศพของเขาที่เคยประกอบแต่กรรมดีไว้ก่อนจากไป ขอให้วิญญาณของเพื่อนจงมุ่งไปสู่สุคติภูมิอันเป็นที่หมายนั้น เทอญ ฯ

นาวาโท สันต์ ศุภศรี

หัวหน้านายทหารพระธรรมนูญกรมนาวิกโยธิน สัตหีบ

๗ มี.ค. ๑๙

สวนโมกข์ เชียงใหม่-

๒๖ มค ๑๙

เรียน พระมหาเสถียร โพธินันทะ ที่นับถือ
ตามจดหมาย ของท่าน ๑๕ มค ๑๙
ขอแสดงความ ยินดีกับหนังสือ เล่มนี้ด้วย-
จิตใจ และในการที่ [illegible] ได้ทำ
ใจมนุษย์ของท่าน นั้น ตรงกัน
ขอให้ได้ทำ ให้ได้ผลดี และ
ตลอดไป ให้เป็น ความก้าวหน้า ตาม
หลักพุทธ-ศาสนา

ขอให้สละความเห็นแก่ตัว
ทางพุทธศาสนา

[illegible]

แบบฝึกหัดจิตต์

เป็นหลักวิชาสากลในพระพุทธศาสนา

โดย

พระครูสังวรธรรมานุวัตร วิปัสสนาจารย์

วัดหนองคณฑี

อำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี

คำนำ

ทุกคนที่เกิดมาในโลก แม้จะต่างกันด้วยชาติ ภาษา ศาสนา รูป ลักษณะ เพศ ผิวพรรณ อย่างไรก็ตาม แต่เราก็ยอมรับตามเป็นจริงว่า ทุกคนมีอาการ เกิด แก่ เจ็บ ตายเหมือนกัน มีอวัยวะ เช่น แขน ขา หู ตา จมูก ลิ้น กาย มโน จิตต์ เหมือนกัน มีความรู้สึกนึกคิด รับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย มโน จิตต์ เหมือนกัน เมื่อสิ่งใดผ่านทางใดก็ตาม จิตต์ ที่รับรู้นั้น บางอย่างชอบใจ บางอย่างไม่ชอบใจ บางอย่างทำให้รัก บางอย่างทำให้เกลียด บางอย่างทำให้หลง บางอย่างทำให้ทุกข์ บางอย่างทำให้มีความสุข บางอย่างก็เฉย ๆ อยู่ บางอย่างก็เป็นคุณ บางอย่างเป็นโทษ เช่นนี้เหมือนกัน ทุกคนย่อมเป็นไปตามกฎสากลแห่งธรรมชาติ เพราะทุกคนเป็นไปตามธรรมชาตินั้น

การที่จะเป็นไปทางฝ่ายดีมีประโยชน์ หรือ จะเป็นฝ่ายชั่วร้ายให้เกิดโทษ อย่างไรนั้น ย่อมเกิดแก่มโนที่จิตต์รับรู้เป็นสำคัญ เพราะเหตุนี้ องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงแสดงว่า มโนเป็นใหญ่ เป็นประธาน สิ่งทั้งปวงสำเร็จด้วยมโนเหมือนกันทุกคน ทุกคนจะต้องทำอะไร อย่างไร ทางกาย วาจา และทางมโนเหมือนกันทั้งสาม แต่การทำอะไร อย่างไรนั้น กระทำผิด หรือกระทำชั่วร้ายก็มี กระทำชอบ หรือกระทำถูกก็มี การกระทำอะไรอย่างไร ทางใดก็ตาม จิตต์เป็นผู้สั่งให้กระทำทั้งสาม

ทุกคนจำเป็นต้องรู้ว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย มโน เป็นต้นเหตุให้จิตต์สั่งให้กระทำการงาน ทางกาย ทางวาจา ทางมโน

การกระทำอะไรอย่างไร ทางใดก็ตาม ผู้นั้นต้องยอมรับผลของการกระทำนั้น เพราะเหตุดังนั้น ทุกคนต้องยอมรับว่า ย่อมเป็นไปตามกฎแห่งกรรม

ทุกคนต้องยอมรับว่า

(๑) ไม่ต้องการให้ผู้ใดมากระทำร้าย ต่อชีวิตร่างกายของตนให้บาดเจ็บ เสียหาย ล้มตาย

(๒) ไม่ต้องการให้ผู้ใดมาทำอันตราย ยึดถือ แยงชิงเอาทรัพย์สินสิ่งของของตนไปโดยอาการแห่งขโมย

(๓) ไม่ต้องการให้ผู้ใดมากระทำผิด ละเมิดสิทธิ์ ในคู่ครองของตน

ทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นการห้ามไม่ให้ผู้อื่นกระทำผิดต่อตนทางกาย

ทุกคนต้องยอมรับรู้ว่า

(๑) ไม่ต้องการให้ผู้ใด พูดคำเท็จ หลอกลวง ให้หลงเชื่อในทางที่ผิด

(๒) ไม่ต้องการให้ผู้ใด พูดคำหยาบ คำด่า คำเสียดสีให้เจ็บใจ

(๓) ไม่ต้องการให้ผู้ใดพูดยุแหย่ ให้ทะเลาะวิวาทบาดหมางกับใคร ๆ

(๔) ไม่ต้องการให้ผู้ใดพูดเพ้อเจ้อเหลวไหล ไร้สาระกับตน

ทั้ง ๔ ประการนี้เป็นการห้ามไม่ให้ผู้อื่นกระทำผิดต่อตนทางวาจาทุกคนต้องยอมรับรู้ว่า

(๑) ไม่ต้องการให้ผู้ใด คิดอยากได้ทรัพย์สมบัติของ-ตน และคู่ครองของตน

(๒) ไม่ต้องการให้ผู้ใด คิดอาฆาตพยาบาท มุ่งร้ายทำอันตรายชีวิตร่างกายของตน

(๓) ไม่ต้องการให้ผู้ใด มีความเห็นผิดต่อ วัตถุประ-สงค์ที่ชอบของตน

ทั้ง ๓ ประการนี้เป็นส่วนการห้าม ไม่ให้ผู้อื่นกระทำผิด ต่อตนทางมโน

เมื่อสรุปแล้ว คงได้ความยืนยันว่า ทุกคน ต่างฝ่ายต่างก็ห้ามไม่ให้ผู้อื่นกระทำร้ายแก่ตน ดังนั้น ทุกคนจึงเป็นมูลบัญญัติกฎแห่งกรรม ทุกคนเป็นผู้บัญญัติกฎสากลแห่งสังคม ทุกคนต้องรับบัญญัติ คือปฏิบัติตามบทบัญญัติแห่งกฎสากลสังคมนี้ โดยต่างฝ่ายต่างไม่กระทำผิดต่อกันและกัน โดยไม่กระทำด้วยตนเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นกระทำ ไม่รับใช้ผู้อื่นกระทำ ไม่ส่งเสริมและยินดีเมื่อผู้อื่นกระทำ

กฎสากลแห่งสังคมนี้ เป็นธรรมและยุติธรรมที่สุด เพราะเมื่อผู้ใด กระทำอะไร อย่างใด เพียงใด ย่อมได้รับผลเพียงนั้น

กฎสากลแห่งสังคมนี้ เป็นศีลด้วย เพราะเป็นเหตุทรงสภาพบุคคล ให้ตั้งอยู่เป็นปกติในฐานะของตน เป็นธรรมด้วยเพราะเป็นเหตุให้ทรงสภาพความเป็นอยู่ ความเป็นไปของบุคคลให้อยู่ในสันติ

แห่งสังคมเป็นอันดี

ทุกคนต้องศึกษาให้รู้ว่า จิตต์เป็นผู้ให้เกิดมาในโลก จิตต์เป็นผู้รู้เหตุผลทั้งปวง จิตต์เป็นผู้สั่งให้ มโน กาย วาจา กระทำการงานทั้งปวง จิตต์เป็นผู้รับผิดชอบ เป็นผู้รับผลของการงานนั้นทุกประการ

จิตต์ที่สั่งให้มโน กาย วาจา กระทำการงานนั้น สั่งให้กระทำผิดเป็นการละเมิดกฎแห่งสังคมก็ได้ สั่งให้กระทำถูก กระทำชอบ เป็นการรักษากฎแห่งสังคมก็ได้

จิตต์จะให้กระทำผิดทางใด ๆ ด้วยประการใด ๆ ก็ตาม ก็เพราะความโกรธ ความโลภ ความหลง เข้าครอบงำบดบัง จิตต์ให้มืดมัว โง่เขลา รู้เท่าไม่ทันเหตุผล ตามเหตุการณ์ที่เป็นจริง จิตต์ที่สั่งให้กระทำชอบ ทางใด ๆ ด้วยประการใด ๆ ก็ตาม ก็เพราะศีล สัมมาสมาธิ ปัญญา เข้าครอบงำจิตต์ให้บริสุทธิ์ สะอาด สงบ สว่าง ส่องให้เห็นเหตุผล ชี้ชัดให้รู้เห็นว่า การกระทำอะไร อย่างไร เป็นเหตุให้เกิดผล เป็นทุกข์โทษเสียหาย เป็นภัยพิบัติแก่ตนและคนอื่นอย่างไร งดเว้นไม่กระทำอย่างนั้น เมื่อกระทำอะไร อย่างไร เป็นเหตุให้เกิดผล เป็นความสุข เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่ตนและคนอื่น เป็นเหตุให้สังคมตั้งอยู่ในความสงบสุข ก็กระทำอย่างนั้น

จิตต์จะเกิดความโกรธ ความโลภ ความหลง ก็ตาม จะเกิดศีล สัมมาสมาธิ ปัญญาก็ตาม ย่อมเกิดเมื่อตาเห็นสิ่งต่าง ๆ มีวิญญาณที่ตารับรู้ เมื่อหูได้ยินเสียงต่าง ๆ มีวิญญาณที่หูรับรู้

เมื่อจมูกได้รับกลิ่นต่าง ๆ มีวิญญาณที่จมูกรับรู้ เมื่อลิ้นได้รับรสต่าง ๆ มีวิญญาณที่ลิ้นรับรู้ เมื่อกายได้สัมผัสสิ่งต่าง ๆ มีวิญญาณที่กายรับรู้ วิญญาณที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ทั้ง ๕ นี้ จะผ่านวิญญาณที่จุดศูนย์รวมระบบประสาท ที่มันสมองกึ่งกลางกะโหลกศีรษะ ที่นี้จะเป็นที่รับส่งเคลื่นรหัสสิ่งต่าง ๆ ที่วิญญาณตา หู จมูก ลิ้น กาย รับรู้มาเข้าไปสู่จิตต์ โดยผ่านมโนวิญญาณที่ก้อนเนื้อหทัยวัตถุ อีกชั้นหนึ่ง ดังนั้น ถ้าวิญญาณที่ ตา หู จมูก ลิ้น และที่กาย ที่ใดที่หนึ่งก็ตามรับรู้มาผิด จิตต์ก็รู้ผิด สั่งการงานผิด ถ้าวิญญาณทั้ง ๕ นั้น ที่ใดที่หนึ่งก็ตาม รับรู้มาถูก จิตต์ก็สั่งการงานถูก

อาศัยเหตุผลดังกล่าวมานี้ องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ทุกคนระวัง เมื่อตาเห็นสิ่งทั้งปวง หูได้ยินเสียงทั้งปวง จมูกได้รับกลิ่นทั้งปวง ลิ้นได้รู้รสทั้งปวง กายได้รับสัมผัสถูกต้องสิ่งทั้งปวง โดยพิจารณาให้รู้เห็นเหตุผลแน่ชัดเสียก่อน ที่จะกระทำงาน ทางกาย ทางวาจา ทางมโน งดเว้นการงานที่กระทำผิดต่อกฎแห่งสังคม ให้กระทำแต่ทางที่ดี ที่ชอบที่ถูก ประมวลเป็นหลักคำสอนไว้ ให้ทุกคนศึกษา รู้แล้วประพฤติปฏิบัติตาม ๓ ประการ ดังนี้

๑. ไม่กระทำผิดละเมิดกฎแห่งสังคมด้วยประการทั้งปวง

๒. รักษากฎแห่งสังคมให้บริบูรณ์ด้วยประการทั้งปวง

๓. ฝึกจิตต์ของตนให้บริสุทธิ์ สะอาดผ่องใสไม่มีความโลภ ความโกรธ และความหลง เกิดขึ้นในจิตต์

ประการที่ ๑ ได้กล่าวแล้วข้างต้น เรื่องกฎแห่งสังคม

ประการที่ ๒ การรักษากฎแห่งสังคมให้บริบูรณ์ นั้นมีดังนี้

(๑) ต่างฝ่ายต่างหวังดีต่อกัน ต่างฝ่ายต่างช่วยเหลือกัน เมื่อมีภัยพิบัติเกิดขึ้น ก็ช่วยเหลือกันตามสมควรแก่กรณี ที่เกี่ยวข้องกับสังคม

(๒) พอใจในการแสวงหาทรัพย์ และแสวงหาอาชีพในทางที่ชอบ ด้วย ศีล ธรรม มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ อนุเคราะห์ สงเคราะห์กันและกันตามสมควรแก่กรณี ที่อยู่รวมกันในสังคมเป็นการสมัครสมานไมตรี เกิดสามัคคีธรรม เกิดผลให้เป็นความสุข สงบสุขในสังคม

(๓) ต่างฝ่ายต่างเคารพสิทธิ์ ในคู่ครองของกันและกัน ทุกคนพอใจในคู่ครองของตน พอใจในการแสวงหาคู่ครองแต่ที่ชอบด้วยศีลธรรม และประเพณีธรรม

(๔) ต่างฝ่ายต่างพูดแต่ที่เป็นความสัจจริงต่อกัน เพื่อรักษาประโยชน์ของกันและกัน

(๕) ต่างฝ่ายต่างพูดแต่คำสุภาพต่อกันและกัน เป็นการยึดเหนี่ยวผูกมิตรไมตรีให้เกิดความสามัคคีธรรม

(๖) ต่างฝ่ายต่างพูดแต่คำที่ทำให้ผู้อยู่ร่วมกันในสังคม สมัครสมานไมตรีต่อกัน

(๗) ต่างฝ่ายต่างพูดแต่คำที่เป็นประโยชน์ต่อกันและกัน

(๘) ฝึกจิตต์ให้ละความโลภอยากได้ทรัพย์สิ่งของของผู้อื่น

(๙) ฝึกจิตต์ให้เกิดความเมตตา กรุณา เพื่อละโทษและความโกรธคิดอาฆาตพยาบาทเบียดเบียนผู้อื่น

(๑๐) ฝึกจิตต์ให้เกิดความเห็นชอบตามกฎแห่งสังคม

ประการที่ ๓ การฝึกจิตต์ให้บริสุทธิ์สะอาด สงบ สว่าง นั้นมีวิธีฝึกหลายแบบ หลายวิธี จะไม่ขอกล่าวในที่นี้ เพราะจะเป็นวิธีใดแบบไหนก็ตาม ก็มีความมุ่งหมายอยู่ ๔ ประการคือ

(๑) เพื่อให้จิตต์ตั้งมั่นในอารมณ์ที่จิตต์กระทำการ ไม่ส่ายไปทางอื่น

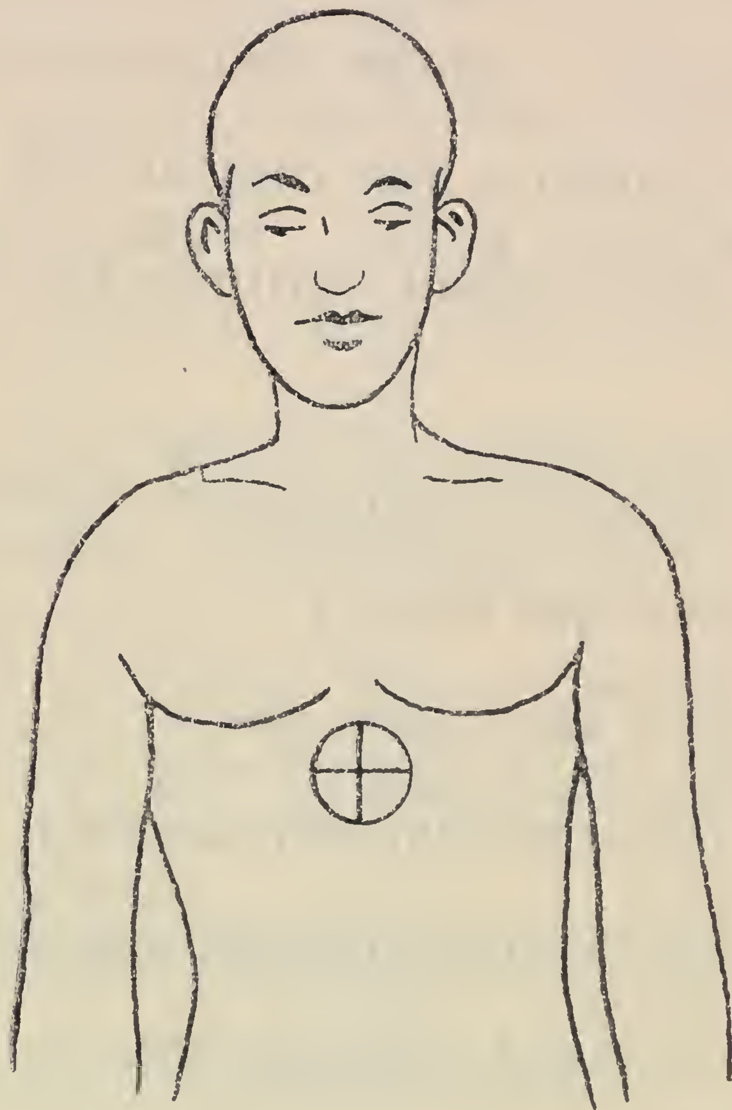
(๒) เพื่อให้จิตต์เกิดสัมมาสมาธิ ละความโลภ ความโกรธที่เข้ามาครอบงำจิตต์ให้มืดมัว

(๓) เพื่อให้จิตต์บริสุทธิ์ สะอาด สงบ สว่าง ส่องให้เห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ตามที่จิตต์นึกรู้ชัดตามเป็นจริง

(๔) เพื่อฝึกหัดกระทำวิปัสสนาให้เกิดปัญญา ละอวิชาหรือโมหะที่ทำให้จิตต์หลง ไม่รู้เหตุผลตามความเป็นจริง

แบบฝึกหัดที่ ๑

จิตต์นึกให้เห็นเครื่องหมายบวก ในวงกลมแปะอยู่ตรงกระดูกอกต่อกับหนังหน้าท้องให้จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกอยู่ตรงกระดูกกับหนังหน้าท้องต่อกันพอดี เครื่องหมายบวกนี้ขนาดเส้นตัดนับจากจุดเส้นตัดออกไปด้านละ ๔ เซ็นติเมตร



เมื่อจิตต์เห็นเครื่องหมายบวกในวงกลมนี้แล้ว จิตต์กำหนดนึกตรงที่จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกนั้น พร้อมกับนึกในจิตต์ว่า "สัมพุทโธๆๆๆ" นึกต่อกันเรื่อยๆ อย่าให้ลืมจนกว่าจะเกิดแสงสว่างขึ้น

แสงสว่างขึ้นที่จุดเส้นตัดนั้น เมื่อแสงสว่างเกิดแล้ว แต่มัวหรือเลือนลาง พึงนึกให้แสงใสสว่างขึ้นตามที่ต้องการเมื่อแสงสว่างเกิดตามต้องการได้แล้ว ต้องรักษาไว้อย่าให้หายไป

แบบฝึกหัดที่ ๒

พึงเข้าใจว่า จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกนี้ เป็นจุดกลางศูนย์รวมพลังของจิตต์ แบบฝึกหัดที่ ๒ นี้ จิตต์กำหนดนึกเห็น จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกนั้น ใสสว่างได้ตามที่ต้องการแล้ว จิตต์นึกให้เครื่องหมายบวกในวงกลมนั้นเป็นจอโทรทัศน์ ได้ตามที่ต้องการ เหมือนโทรทัศน์จริง ๆ ทุกประการ ต่างแต่พิเศษกว่าคือ ไม่จำกัดระยะคลื่นไม่จำกัดสถานที่ส่ง รหัสภาพ และเสียง เมื่อจิตต์นึกจะให้เห็นสิ่งใด ๆ สิ่งนั้นก็จะปรากฏในจอ เครื่องหมายบวกในวงกลมนี้ พึงฝึกให้เห็นชัดแจ้งได้ตามที่ต้องการทุกเวลาทุกสถานที่ พึงฝึกให้ชำนาญรูเห็น รู้จักจำได้ เข้าใจ ในสิ่งนั้น ๆ

แบบฝึกหัดที่ ๓

จิตต์ตั้งที่จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวก กำหนดให้เห็นเครื่อง-หมายบวกในวงกลม เป็นจอโทรทัศน์ เมื่อเครื่องหมายบวกหายไป-แล้ว กำหนดให้เห็นภาพกายของผู้ฝึกปรากฏในจอโทรทัศน์ แล้วกำหนดให้เห็นส่วนต่าง ๆ ของร่างกายปรากฏขึ้นตามลำดับ ดังต่อไปนี้:-

หมวดที่ ๑ ธาตุดิน

ส่วนที่ ๑ กำหนดให้เห็นศีรษะ ผม ตา หู จมูก ลิ้น ฟัน มันสมองในกะโหลกศีรษะ

ส่วนที่ ๒ เห็น แขน บ่า ศอก ข้อมือ นิ้วมือ เล็บ

ส่วนที่ ๓ เห็น ขา ตะโพก เข่า ข้อเท้า นิ้วเท้า เล็บ

ส่วนที่ ๔ เห็นหนัง ขนที่ตั้งอยู่ตามผิวหนังทั่วไป

ส่วนที่ ๕ เห็นเนื้อ กระดูก เยื่อในโพรงกระดูก เส้นเอ็นที่รึงรัดกระดูก

ส่วนที่ ๖ เห็นหทัยวัตถุ ปอด ตับ ม้าม ไต พังผืด

ส่วนที่ ๗ เห็นไส้ใหญ่ ไส้น้อย กระเพราะอาหาร กระเพราะอุจจาระ

ส่วนที่ ๘ เห็นต่อมลูกหมาก (หญิง มดลูก ปีกมดลูก รังไข่)

หมวดที่ ๒ ธาตุน้ำ

ส่วนที่ ๑ เห็นน้ำดีในถุง เม็ดโลหิต เสลด น้ำเหลือง เหงื่อ

ส่วนที่ ๒ เห็นมันข้น มันเหลว น้ำตา น้ำมูก น้ำลาย ปัสสาวะ

หมวดที่ ๓ ธาตุลม

ส่วนที่ ๑ เห็นลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมพัดแผ่เข้าไปทั่วกาย

ส่วนที่ ๒ เห็นลมพัดทวนขึ้นลง ภายในท้อง กระทำให้ได้ยินเสียงออกภายนอก

ส่วนที่ ๓ เห็นลมพัดในไส้ใหญ่ตลอดทวารทั้ง ๙

ส่วนที่ ๔ เห็นลมหายใจเข้าออกทางจมูก

หมวดที่ ๔ ธาตุไฟ

ส่วนที่ ๑ เห็นไฟทำให้กายอบอุ่น ไฟทำให้อาหารสุกระอุเป็นอันดี

ส่วนที่ ๒ เห็นไฟเผาย่อยให้เป็นอาหารโอชา ไปบำรุงเลี้ยงร่างกาย

ส่วนที่ ๓ เห็นไฟเผาร่างกาย ให้เหี่ยวแห้ง ถึงแก่ความชราภาพ

หมวดที่ ๕ ธาตุลมไฟรวมกัน

พึงพิจารณาให้เห็นว่า ธาตุลม และไฟ ทั้งสองหมวดนี้ประกอบกัน อภิบาลบำรุงรักษา ธาตุดิน และน้ำ ให้เคร่งตึง และไม่ให้เน่าเปื่อยผุพัง

ทั้ง ๕ หมวดนี้ พึงจำให้ได้แม่นยำ แล้วนึกให้เห็นแจ้งชัดไปตามลำดับ ทุกหมวด ทุกอย่าง ทุกส่วน จนมีความชำนาญ เมื่อนึกให้เห็นเมื่อใดก็เห็นได้ชัดแจ้ง

ประการหนึ่ง เมื่อเห็นส่วนใด อย่างไร เป็นโรคอะไรอย่างใดก็ตาม พึงนึกให้โรคนั้นหายไป

แบบฝึกหัดที่ ๔

จิตติดต่อที่จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกในวงกลม นึกให้เป็นจอโทรทัศน์ แล้วนึกให้เห็นส่วนต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑) ที่ตามีประสาท เรียกว่าจักษุประสาท เป็นส่วนรูป มีวิญญาณเป็นส่วนนามซ้อนอยู่ เรียกว่าจักษุวิญญาณ มีหน้าที่ให้เห็นสิ่งต่าง

๒) ที่หูมีประสาท เรียกว่าโสตประสาท เป็นส่วนรูป มีวิญญาณเป็นส่วนนามซ้อนอยู่ เรียกว่าโสตวิญญาณ มีหน้าที่ให้ได้ยินเสียงทั้งปวง

๓) ที่จมูกมีประสาท เรียกว่าฆานประสาท เป็นส่วนรูป มีวิญญาณเป็นส่วนนามซ้อนอยู่ เรียกว่าฆานวิญญาณ มีหน้าที่ดมและรู้กลิ่นทั้งปวง

๔) ที่ลิ้นมีประสาท เรียกว่าชิวหาประสาท เป็นส่วนรูป มีวิญญาณเป็นส่วนนามซ้อนอยู่ เรียกว่าชิวหาวิญญาณ มีหน้าที่รับรู้รสอาหารทั้งปวง

๕) ที่กายมีประสาท เรียกว่ากายประสาท เป็นส่วนรูปแผ่ซ้อนอยู่ทั่วร่างกาย มีวิญญาณเป็นส่วนนามซ้อนกายประสาทอยู่ เรียกว่ากายวิญญาณ มีหน้าที่รับ และรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มากระทบถูกต้องร่างกาย

๖) ที่ก้อนเนื้อหทัยวัตถุมีประสาท เรียกว่ามโน เป็นส่วนรูป มีวิญญาณ เป็นส่วนนามแผ่ซ้อนอยู่เรียกว่ามโนวิญญาณ มีหน้าที่รับรู้จากวิญญาณทั้ง ๕ ที่กล่าวมาแล้ว รับช่วงต่อจาก

วิญญาณที่จุดศูนย์กลางก้อนมันสมอง ภายในกะโหลกศีรษะแล้วส่งต่อให้ จิตต์ ซึ่งตั้งอยู่ตรงจุดศูนย์กลางภายในก้อนวัตถุมโนนั้น

๗) ก้อนมันสมองในกะโหลกศีรษะ มีวิญญาณแผ่ซ้อนอยู่ เรียกว่า ปัญจทวารชวนจิตต์ มีหน้าที่รับรู้จากวิญญาณ ตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้วส่งต่อให้มโนวิญญาณ ส่งต่อให้ จิตต์อีกช่วงหนึ่ง มีหน้าที่รับรู้จากจิตต์สั่งผ่านมโน ให้ตาดูสิ่งต่าง ๆ หูฟังเสียงต่าง ๆ จมูกดมกลิ่นต่าง ๆ ลิ้นลิ้มรสต่าง ๆ กายสัมผัสหยิบจับสิ่งต่าง ๆ

๘) จิตต์ที่เป็นตัวประธาน เรียกว่า วิบากจิตต์ จิตต์นี้นำให้-เราเกิดมาเป็นคนในชาตินี้ การที่เราเกิดมาเป็นคนในชาตินี้ นั้นก็-เพราะชาติก่อน ไม่ประพฤติผิดกฎแห่งสังคม ถ้าชาตินี้ไม่ประพฤติผิดต่อกฎแห่งสังคมอีก จิตต์ก็จะมีสภาพเป็นคนไปตลอดชาตินี้ และอาจเกิดเป็นคนในต่อไปอีก ถ้าประพฤติผิดต่อกฎแห่งสังคมแล้ว จิตต์ก็เปลี่ยนสภาพไปเป็นอย่างอื่น ตามอำนาจของกฎแห่งกรรม คือการ-กระทำผิดแห่งกฎนั้น จิตต์ที่เปลี่ยนสภาพไปนี้ ก็จะนำให้ไป-เกิดเป็นอะไรอย่างไร ตามกำลังของกรรมนั้น เช่นเกิดเป็นสัตว์ดุร้ายให้คนคอยฆ่า เมื่อพบเห็น หรือแม้ว่าเกิดมาเป็นคนอีก มีอายุสั้นตายเสียในทางบ้าง ออกมาอายุไม่เท่าไรตายก็มี เหล่านี้เป็นตัวอย่าง เพราะฉะนั้นต้องพยายามฝึกหัดให้ รู้เห็นตามเป็นจริงว่า กระทำผิดกฎแห่งสังคมข้อใด แค่ไหน เพียงไร ตายแล้วจะไปเกิดเป็นอะไร อย่างไร ที่ไหน นานเท่าใด ถ้าไม่กระทำผิดกฎแห่งสังคม และรักษา

กฎแห่งสังคมให้บริบูรณ์แล้ว ตายแล้วจะไปเกิดเป็นอะไร ที่ไหน อย่างไร

แบบฝึกหัดที่ ๕

เมื่อฝึกหัดตามแบบฝึกหัดที่ ๔ เห็น รู้ ดีแล้ว พึงฝึกหัดตามแบบฝึกหัดที่ ๕ ต่อไป ดังนี้

๑) เมื่อตั้งจิตต์ที่จุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกในวงกลม นึกให้เห็นเป็นโทรทัศน์ได้ตามที่ต้องการแล้วนึกให้เห็นกายของผู้ฝึกปรากฏในจอโทรทัศน์นั้น เมื่อเห็นแล้วนึกให้เห็นกายของผู้ฝึกเคยนอนหลับแล้วฝันไปเห็นอะไรที่ไหนนั้น ออกจากกายผู้ฝึกหัดไปที่ใดที่หนึ่งตามแต่ผู้ฝึกจะนึกไป ตามความสะดวกของผู้ฝึก เมื่อกายฝันนี้ไปดูอะไรที่ไหน เห็นอย่างไรบันทึกไว้ เป็นแบบฝึกหัดตรวจสอบดูว่าเห็นจริงหรือไม่ อย่างไร ถ้าไม่จริงหรือคลาดเคลื่อนไป เพราะเหตุใดแล้วฝึกหัดต่อไปให้ชำนาญ เห็นได้ตามเป็นจริง เห็นได้ทุกเวลาที่ต้องการเห็น ผู้ฝึกจะอยู่ที่ใด นั่ง นอน ยืน เดิน อยู่อย่างไรก็ตามก็ย่อมเห็นได้เมื่อกำหนดเมื่อต้องการเห็น

๒) จิตต์กำหนดนึกเห็น กายภูต ๔ กาย ออกจากกายของผู้ฝึก มานั่งข้างซ้าย ข้างขวา ข้างหน้า ข้างหลัง ระยะมือเอื้อมถึง จิตต์เห็นได้ในจอโทรทัศน์นั้น กายนี้มีลักษณะเหมือนผู้ฝึกจิตต์ สีกายต่างกัน กายข้างหน้าสีชมภู ข้างหลังสีขาว ข้างขวาสีฟ้า ข้างซ้ายสีเหลือง เมื่อเห็นกายทั้ง ๔ นี้ กายใดไม่ผ่องใส เช่น ดำ หมอก

มัว อย่างไร พึงนึกให้ศูนย์วงแหวนมีจุดกลางศูนย์วงแหวนนั้น เส้นวงรัศมี ๔ เซนติเมตร ๔ วง ซ้อนกันประทับลงที่สะดือของกายภูตนั้น จุดศูนย์กลางวงแหวนตรงจุดกลางสะดือพอดีแล้ว จิตนึกให้ศูนย์วงแหวนหมุนเอาสีดำหมอกมัว นั้นออกจากกายภูตนั้นจนกว่าจะผ่องใส เมื่อกายภูตทั้งสี่นี้ผ่องใสแล้ว จิตนึกให้สี่กายนี้ ซ้อนกันรวมเป็น ๑ แล้ว นึกเอากายนี้เป็นกายผีนไปดูอะไรที่ไหน เช่นเดียวกันกับข้อ ๑ ในแบบฝึกหัดที่ ๕ นี้

การที่ให้กระทำดังที่กล่าวนี้ ก็เพราะว่า ถ้ากายภูตนี้ดำ หรือหมอกมัวจะเป็นเหตุเห็นอะไรไม่ตรงกับสิ่งที่เป็นจริงได้

๓) พึงศึกษาให้รู้ว่า คนที่ตายแล้วถูกเชิญมาเพื่อถ่ายภาพนั้น คือ กายภูตตามที่กล่าวมาแล้วในข้อ ๒ แบบฝึกหัดที่ ๕ นี้ไม่ใช่กายวิญญาณตามที่รู้กันทั่วไป เพราะกายวิญญาณเป็นนาม กล้องเป็นสภาพรูป จึงไม่สามารถถ่ายภาพวิญญาณได้

คนที่ยังไม่ตาย เราอาจเชิญมาเพื่อถ่ายภาพกายภูตหรือกาย-ผีนี้ได้ ในเมื่อกล้องนั้นมีลักษณะเป็นพิเศษกว่ากล้องธรรมดา

๔) เมื่อจิตกำหนดเห็นกายของผู้ฝึก ตั้งอยู่ในจอโทรทัศน์แล้ว จิตกำหนดให้เห็นกายชีวิตซ้อนกายของผู้ฝึกจิตต่อยู่ กายชีวิตนี้เป็นสีเขียวใบไม้ สีอ่อนแก่ไม่แน่ ต้องแล้วแต่ว่าผู้ฝึกจิตจะมีโรคภัยอะไรหรือไม่ มีอายุมากน้อยเท่าใด ฉะนั้นเมื่อกำหนดเห็นมีสีดำหรือหมอกมัวที่กายชีวิตนั้น พึงกำหนดให้ศูนย์วงแหวน เหมือนที่-กล่าวแล้วในข้อ ๒ แบบฝึกหัดที่ ๕ นี้ ๔ วงซ้อนกัน ประทับที่สะดือ

ของกายชีวิตนี้ จุดกลางศูนย์วงแหวนตรงศูนย์กลางสะดือพอดี จิตต์นึกให้ศูนย์วงแหวนหมุนเอาสีดำ หมอกมัวออกจากกาย ชีวิตนี้ออกให้หมด พึงรู้ว่า กายชีวิตนี้ ถ้าดับหรือสลายจากกายเมื่อใด คนเราก็ตาย ถ้ากายชีวิตยังอยู่ คนเราก็จะไม่ตายไม่ว่าจะเป็นเพราะเหตุใด ๆ

แบบฝึกหัดที่ ๖

๑) เมื่อนึกให้เห็นจุดเส้นตัดเครื่องหมายบวก ในวงกลมเป็นจอโทรทัศน์ขนาดตามที่ต้องการใสสว่างดีแล้ว นึกให้เห็นกายเนื้อของผู้ฝึกหัดปรากฏในจอโทรทัศน์นั้น แล้วฝึกให้เห็นกายประสาท ซ้อน–กายเนื้อของผู้ฝึกหัด กายประสาทนี้ เป็นสีฟ้า สีอ่อนหรือแก่ไม่แน่ ต้องแล้วแต่ผู้ฝึกจิตต์จะมีโรคภัยอะไรหรือไม่ มีอายุมากน้อยเท่าใด ฉะนั้น เมื่อเห็นกายประสาทนี้ มีสีดำหรือหมอกมัวแทรกซ้อนอยู่ พึงนึกเอาศูนย์วงแหวน เหมือนข้อ ๒ ในแบบฝึกหัดที่ ๕ จำนวน ๑๐ วงซ้อนกัน จุดกลางในศูนย์วงแหวน ประทับตรงจุดศูนย์กลาง ปุ่มสะดือของกายประสาทนี้พอดี จิตต์นึกให้จุดศูนย์วงแหวนนี้ หมุนเอาสีดำหมอกมัวออกจากกายประสาทให้หมด

๒) จิตต์กำหนดให้กาย และ จอโทรทัศน์หายว่างไป คงเหลือแต่จุดเส้นตัดในเครื่องหมายบวก ใสสว่าง จิตต์กำหนดนิ่งอยู่ที่จุดเส้นตัดนั้น จะเกิดความผ่องใสยิ่งขึ้น มีอาการขนลุก ซูซ่า มีอาการกายเบา เหมือนดังลอยอยู่ในอากาศ มีความสุขอันเกิดจาก

อันเกิดจากสมาธิ มีจิตเป็นหนึ่ง เพราะจิตตั้งมั่นที่จุดเส้นตัดแห่งเครื่องหมายบวกนี้

๓) พึงฝึกจิต ให้บริสุทธิ์ผ่องใสยิ่งขึ้น โดยจิตกำหนดนิ่งอยู่ที่จุดเส้นตัด เครื่องหมายบวก นึกให้ความรู้สึกทิ่มขนลุกชูชัน กายเบาเหมือนว่าลอยอยู่ในอากาศนั้นหายไป คงเหลือแต่ความสุข และจิตเป็นหนึ่ง เพราะจิตตั้งมั่นที่จุดเส้นตัด เครื่องหมายบวกในวงกลมนั้น

๔) พึงฝึกจิต ให้บริสุทธิ์ผ่องใสยิ่งขึ้น โดยจิตวางเฉยในความสุข คงเหลือแต่จิตหนึ่ง เพราะตั้งมั่นที่จุดเส้นตัดในเครื่องหมายบวกในวงกลมนั้น และจิตหยุดนิ่งเฉย จิตถึงความบริสุทธิ์ผ่องใสที่สุดเป็นสัมมาสมาธิ

แบบฝึกหัดที่ ๖ ข้อ ๑.๒.๓ นี้ จะฝึกหัดต่อท้ายแบบฝึกหัดที่ ๓ ก็ได้

หมายเหตุ

การฝึกหัดแต่ละแบบแต่ละข้อ พึงฝึกหัดให้ชำนาญไปตามลำดับทุกแบบทุกข้อ ดังนี้

๑) จิตจะกำหนดจุดเส้นตัดเครื่องหมายบวกในวงกลม เมื่อใดก็ได้

๒) จิตจะกำหนดให้เห็นเป็นจอโทรทัศน์ ก็เป็นได้ ตามความต้องการ สว่างแจ่มใสไม่มีหมอกมัว

๓) จิตกำหนดดูอะไร สิ่งใดก็เห็นชัด รู้ชัดตามความเป็นจริง

๔) เมื่อจะดูอะไรสิ่งใดก็เห็นได้ทันที

๕) เมื่อเห็นสิ่งใดแล้ว หรือไม่ต้องการเห็นสิ่งใด ก็นึกให้หายไปได้ทันที

๖) เมื่อฝึกหัดแบบใด ข้อใดก็ตาม เมื่อเลิกฝึกหัดแล้ว นึกถึงแบบนั้น ข้อนั้นก็ยังจำได้ รู้เหตุผล ในสิ่งที่รู้เห็นมาแล้วนั้นได้

๗) วงกลมมีเส้นผ่าศูนย์กลาง ๘ เซนติเมตร มีจุดศูนย์ที่กล่าวนั้น ให้สมมุติเรียกว่าศูนย์จุดดับ ศูนย์จุดดับนี้ มีประโยชน์ในการดับสิ่งต่าง ๆ ที่มารบกวน หรือบดบังแสงสว่างของเรา ถ้าสิ่งที่จะดับนั้น มีกำลังมาก พึงใช้ศูนย์จุดดับหลายวงซ้อนกัน ถ้าสิ่งที่จะดับมีจำนวนมาก จิตต์ก็นึกสั่งให้ศูนย์จุดดับเป็นจำนวนมากเท่ากันไปดับ ถ้ามีสิ่งไม่ดีในตัวเรา มีโรคภัยในตัวเราก็ดับออกไป หรือหายไปจากตัวเราให้หมด ไม่เหลือหลงอยู่

๘) เมื่อจิตต์ดูสิ่งใด เห็นสิ่งใด อย่าเอาตาไปช่วยดู เพราะจะทำให้ประสาทเครียด และทำให้เห็นภาพเลือนลาง หลอกหลอนลวงให้เห็นผิดไปต่าง ๆ ได้

๙) ขณะที่ผู้ฝึกหัดจิตต์ ฝึกหัดแแบบใดแบบหนึ่งอยู่ก็ตาม ขณะนั้น ผู้ฝึกหัด จะพูด บอก ตอบ สอบถาม ผู้หนึ่ง ผู้ใดก็ได้ โดยไม่ต้องหยุดการฝึกหัด เว้นแต่แบบที่ ๖ ข้อ ๒–๓–๔ จะนึกให้เห็นอะไร จะพูดอะไรไม่ได้ เพราะต้องการให้จิตต์ว่าง หยุดนิ่งบริสุทธิ์ขั้นตามลำดับ ถึงที่สุด

จบภาคว่าด้วยการฝึกจิตต์ให้เป็นสัมมาสมาธิ

(ภาคว่าด้วยการฝึกวิปัสสนากำจัดความโง่ให้หมดไปมีต่อ)

ขอกราบขอบคุณไว้อย่างสูงสุด ที่ท่านได้สละเวลาอันมีค่ามาในงานฌาปนกิจศพ คุณประจวบ โศภารักษ์ ในวันนี้ หากมีการกระทำใดที่ผิดพลาดไม่สมเกียรติของท่าน หรือการต้อนรับไม่ทั่วถึง

ขอกราบประทานอภัยไว้ ณ ที่นี้ด้วย

คณะเจ้าภาพ

๗ มีนาคม ๒๕๑๙

พิมพ์ที่ มงคลชัยการพิมพ์ ตลาดใหม่ศูนย์การค้าบางละมุง โทร. **418256**